# මොරටුව විශ්වවිද්‍යාලීය තාක්ෂණික ආයතනයෙහි ක්‍රියාත්මක කළ යුතු සෞඛ්‍ය සහ ආරක්ෂණ නීති රීති

සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශය විසින් නිකුත් කරන ලද සෞඛ්‍ය මාර්ගෝපදේශ මත පදනම්ව
**ITUM** හදිසි තත්ත්ව කළමනාකරණ ඒකකය විසින් සකස් කරන ලදී

**2020** දෙසැම්බර්

## ITUM හදිසි තත්ත්ව කළමනාකරණ ඒකකයෙහි සාමාජික සාමාජිකාවන්

| | |
|---|---|
| W.L.S. මධුරංග මයා | (ප්‍රධාන/ EMU, ආධුනික කථිකාචාර්ය) |
| S.M. කන්නන්ගර මිය | (ජ්‍යෙෂ්ඨ ශිෂ්‍ය උපදේශිකා, ජ්‍යෙෂ්ඨ කථිකාචාර්ය GII) |
| ආචාර්ය. W.P.S.K. පෙරේරා මිය | (ජ්‍යෙෂ්ඨ කථිකාචාර්ය GII) |
| D.Y.T. බඹරවනගේ මිය | (ජ්‍යෙෂ්ඨ කථිකාචාර්ය GII) |
| ආචාර්ය. P.D.C. කුමාර මයා | (ජ්‍යෙෂ්ඨ කථිකාචාර්ය GII) |
| D.N. ගුණසේකර මයා | (කථිකාචාර්ය) |
| H.T.S. ජයලත් මයා | (කැඳවුම්කරු/ EMU, ආධුනික කථිකාචාර්ය) |
| L.P. කුමාරසිරි මිය | (ආධුනික කථිකාචාර්ය) |
| P.C. පත්මසිරි මයා | (ආරක්ෂක පරීක්ෂක) |
| N.D. කුරුප්පුආරච්චි මයා | (නියෝජ්‍ය රෙජිස්ට්‍රාර්) |
| වෛද්‍ය. B.A.S.I.H. මහීපාල මයා | (වෛද්‍ය නිලධාරී/ ITUM වෛද්‍ය මධ්‍යස්ථානය) |
| වෛද්‍ය. D.N. වල්පොල මිය | (වෛද්‍ය නිලධාරිනී/ ITUM වෛද්‍ය මධ්‍යස්ථානය) |

## අන්තර්ගතය


| | | | පිටුව |
|---|---|---|---|
| 1 | හැදින්වීම | | 01 |
| | 1.1 | COVID-19 ප්‍රතිචාර කණ්ඩායම් | 01 |
| | 1.2 | පොදු මාර්ගෝපදේශ | 02 |
| | 1.3 | ස්වයං පරීක්ෂාව | 02 |
| | 1.4 | මුඛ ආවරණ පැළඳීම සහ පුද්ගලික ආරක්ෂක උපකරණ (PPE) නිර්දේශය | 03 |
| | 1.5 | සමාජ දුරස්ථභාවය පවත්වා ගැනීම | 04 |
| | 1.6 | පැමිණීම අධීක්ෂණය | 04 |
| | 1.7 | දෑත් සේදීම පිළිබඳ කරුණු | 04 |
| | 1.8 | පිරිසිදු කිරීම සහ විෂබීජහරණ ක්‍රියා පටිපාටිය | 05 |
| | 1.9 | ITUM වෛද්‍ය මධ්‍යස්ථානය | 06 |
| | 1.10 | පිරිසිදු කිරීමේ කාර්ය මණ්ඩලයේ ආරක්ෂාව | 06 |
| | 1.11 | අධ්‍යයන කටයුතු ආරම්භයෙන් පසු ක්‍රියාත්මක විය යුතු ආකාරය | 06 |
| | 1.12 | සැකසහිත / තහවුරු කරන ලද COVID රෝගීන් හඳුනාගැනීම හා ක්‍රියාත්මක වීම | 07 |
| | 1.13 | වෙනත් යහපත් සෞඛ්‍යාරක්ෂිත පුරුදු | 08 |
| | 1.14 | සිසුන් සඳහා ප්‍රවාහන ක්‍රියා පටිපාටිය | 08 |
| | 1.15 | ITUM පරිශ්‍රයට ඇතුළු විය යුතු ආකාරය | 09 |
| | 1.16 | සිසුන් හැසිරිය යුතු ආකාරය | 09 |
| | 1.17 | ආපනශාලා ක්‍රියාත්මක විය යුතු ආකාරය | 10 |

## 1 හැඳින්වීම

සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශයේ මාර්ගෝපදේශවලට අනුකූලව සකස් කරන ලද, ITUM ආයතනයෙහි ක්‍රියාත්මක කළ යුතු සෞඛ්‍ය සහ ආරක්ෂණ නීති රීති ITUMහි කාර්ය මණ්ඩලය, සිසුන් සහ ITUM පරිශ්‍රය තුළ සිටින ඕනෑම තෙවන පාර්ශවයක් විසින් තරයේ අනුගමනය කළ යුතුය.

### 1.1 COVID-19 ප්‍රතිචාර කණ්ඩායම්

ITUM ආයතනයෙහි සෞඛ්‍ය සහ ආරක්ෂණ නීති රීති නිසි ලෙස ක්‍රියාත්මක කිරීම සඳහා පහත ප්‍රතිචාර කණ්ඩායම් හඳුන්වා දෙනු ලැබේ.

1. ප්‍රධාන කණ්ඩායම (Core Team) - ප්‍රධාන කණ්ඩායම යනු ආයතනයේ ප්‍රධාන මෙහෙයුම් කණ්ඩායම වන අතර, එමගින් සෞඛ්‍ය හා ආරක්ෂණ නීති රීති සාර්ථකව ක්‍රියාත්මක කිරීමට සහ ආයතනයේ සියලුම කාර්ය මණ්ඩලය සහ සිසුන් විසින් එම නීති රීති පිළිපැදීම සහතික කිරීමට වග බලාගත යුතුය. මෙම කණ්ඩායම නිරන්තරයෙන් ආයතනයේ තත්ත්වය සමාලෝචනය කළ යුතුය. ප්‍රධාන කණ්ඩායම විසින් සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී (MOH) / මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක (PHI) සමඟ සන්නිවේදනයට සහ සම්බන්ධීකරණයට ක්‍රමවේදයක් සකස් කරනු ඇත. COVID-19 ව්‍යාප්තිය වැළැක්වීමේ සැලැස්ම ක්‍රියාත්මක කිරීමට මෙම කණ්ඩායම ක්‍රියා කළ යුතුය. ප්‍රධාන කණ්ඩායම පහත සඳහන් සාමාජිකයන්ගෙන් සමන්විත වනු ඇත:
   i. අධ්‍යක්ෂ/ නිසි බලධාරී
   ii. නියෝජ්‍ය රෙජිස්ට්‍රාර්
   iii. අංශ ප්‍රධානීන්
   iv. ප්‍රධානී/ ITUM හදිසි තත්ත්ව කළමනාකරණ ඒකකය
   v. ජ්‍යෙෂ්ඨ ශිෂ්‍ය උපදේශිකා
   vi. සහකාර රෙජිස්ට්‍රාර් (ශිෂ්‍ය සම්බන්ධතා සහ සාමාන්‍ය පරිපාලන)
   vii. කහතුඩුව ප්‍රදේශය බාර මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක
   viii. ITUMහි වෛද්‍ය නිලධාරී හෝ නියෝජිතයෙකු
   ix. නේවාසිකාගාර පාලක (අධ්‍යයන) සහ නේවාසිකාගාර උප පාලක (Wardens – Academic & Sub-wardens)
   x. අනධ්‍යයන කාර්ය මණ්ඩලයේ එක් නියෝජිතයෙකු
   xi. ආරක්ෂක පරීක්ෂක

2. අත්‍යාවශ්‍ය කණ්ඩායම (Essential Team) - අත්‍යාවශ්‍ය කණ්ඩායම පහත සඳහන් සාමාජිකයන්ගෙන් සමන්විත වනු ඇත:
   i. ආරක්ෂක සේවා කාර්ය මණ්ඩලය
   ii. සනීපාරක්ෂක සේවා (පිරිසිදු කිරීමේ) කාර්ය මණ්ඩලය
   iii. ආපනශාලා කාර්ය මණ්ඩලය
   iv. හදිසි තත්ත්ව වාහන රියදුරු

3. ශිෂ්‍ය කණ්ඩායම් (Student Teams) - ආයතනයේ දෛනික වැඩ කටයුතු කරගෙන යන අතරතුර, වෛරසයේ ව්‍යාප්තිය අවම කිරීම සඳහා කණ්ඩායම් වශයෙන් ක්‍රියාත්මක වීම ශිෂ්‍ය කණ්ඩායම්වල කාර්යභාරය වේ.
    - කණ්ඩායමක සාමාජික සංඛ්‍යාව: එක් කණ්ඩායමකට සිසුන් 10ක් පමණ
        a. මෙම කණ්ඩායම්, යාබද නේවාසිකාගාර කාමරවල නැවතී සිටින සිසුන්ගෙන් සමන්විත විය යුතුය.
        b. කණ්ඩායමට අනන්‍ය වූ නමකින් සහ කණ්ඩායම් නායකයෙකුගෙන් කණ්ඩායමක් සමන්විත විය යුතුය. සැක සහිත රෝගීන් සොයා ගැනීම සහ ඔවුන්ගේ සමීප සම්බන්ධතා ඉක්මනින් ලුහු බැඳීම මෙමඟින් පහසු වේ.
    - සහකාර රෙජිස්ට්‍රාර් (ශිෂ්‍ය සම්බන්ධතා) මෙම කණ්ඩායම්වල දත්ත සමුදායක් (database) සහ නිරීක්ෂණ පද්ධතියක් (surveillance system) පවත්වාගෙන යා යුතුය.

### 1.2 පොදු මාර්ගෝපදේශ

- ආයතනයේ රාජකාරියේ යෙදී සිටින සියලුම කාර්ය මණ්ඩලය, සිසුන්, දෛනික සේවා සපයන්නන් සහ කොන්ත්‍රාත්කරුවන් පිළිබඳ විස්තර පහසුවෙන් සොයා ගත හැකි විය යුතුය. ඔවුන්ගේ නම් සහ දුරකථන අංක ලේඛනගත කොට තබාගත යුතුය.
- ආයතනය තුළ සිදු කරනු ලබන ඕනෑම කාර්යයක් වෛරසයේ ව්‍යාප්තිය වැළැක්වෙන පරිදි සංවිධානය කළ යුතුය.
- 98.4$^0$F හෝ 37$^0$Cට වඩා වැඩි උෂ්ණත්වයක් සහිත කිසිදු පුද්ගලයෙකුට පරිශ්‍රය තුළට ඇතුළු වීමට අවසර නොදිය යුතුය.
- මුඛ ආවරණ පැළඳූ අයට පමණක් ඇතුළුවීමට අවසර දිය යුතුය.
- වෛරසය ව්‍යාප්තිය වළක්වා ගැනීමේ පියවර පිළිබඳව සිසුන් දැනුවත් කිරීමට ප්‍රමුඛතාවය ලබා දිය යුතුය; මෙම ක්‍රියාවලිය අධීක්ෂණය කිරීමට සහ ක්‍රියාත්මක කිරීමට ඔවුන්ගේ සහයද ලබා ගත යුතුය.
- අධ්‍යයන කටයුතු ආරම්භ කිරීමට ප්‍රථම, වසංගතය වැළැක්වීමේ සහ පාලනය කිරීමේ ප්‍රවර්ධන ක්‍රියාකාරකම් පිළිබඳව අධ්‍යයනාංශ මට්ටමෙන් සිසුන් හා කාර්ය මණ්ඩලය දැනුවත් කළ යුතුය. (උදා: විද්‍යුත් තැපැල, Moodle පණිවිඩ හරහා)
- ITUMහි වෛද්‍ය නිලධාරියා නිවාඩු දිනවල සහ රාත්‍රී කාලය තුළ වුවද අවශ්‍ය වූ විටෙක (on call) සේවාව සැපයිය යුතුය.
- රැස්වීම් සහ අනිකුත් සම්භාෂණ පැවැත්වීමෙන් වැළකී සිටිය යුතුය.
- උදැසන නේවාසිකාගාරයෙන් පිටවන විට සිසුන්ගේ උෂ්ණත්වය පරීක්ෂා කළ යුතුය. 98.4$^0$F හෝ 37$^0$C ට වඩා වැඩි උෂ්ණත්වයක් සහිත ඕනෑම සිසුවෙකු සෙසු අයගෙන් හුදකලා කර වහාම ITUM වෛද්‍ය නිලධාරියා සහ නේවාසිකාගාර උප පාලකවරයා (sub-warden) දැනුවත් කළ යුතුය.

### 1.3 ස්වයං පරීක්ෂාව

දේශන / ප්‍රායෝගික පන්ති සඳහා සහභාගී වීමට ITUM ආයතනය වෙත පැමිණෙන සිසුන්, ස්වයං පරීක්ෂණ ප්‍රශ්නාවලිය පුරවා ආයතනයට පැමිණීමට දින දෙකකට පෙර සහකාර රෙජිස්ට්‍රාර් (ශිෂ්‍ය සම්බන්ධතා) වෙත යැවිය යුතුය. ඉහත ප්‍රශ්නාවලිය සමඟ, සිසුන් තමන් COVID-19 සඳහා නිරෝධායන වෙමින් නොසිටින බවට හා වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර ලබා නොගන්නා බවට අදාළ ප්‍රදේශයේ මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂක වෙතින් ලබාගත් සහතිකයක පැහැදිලි මෘදු පිටපතක් (softcopy) ඉදිරිපත් කළ යුතුය. එහි සත්‍ය පිටපත ඔවුන් ITUM පිවිසුම් දොරටුවේදී ලබා දිය යුතුය.

සිසුන් ආයතනයට ගෙන ඒමට පෙර පහත දෑ හඳුනා ගැනීම සඳහා ඔන්ලයින් සමීක්ෂණයක් සිදු කළ යුතුය.

- COVID-19 සඳහා ධනාත්මකද යන්න
- COVID-19 රෝග ලක්ෂණ තිබේද යන්න
- COVID-19 ධනාත්මක හෝ සැක සහිත රෝගීන් සමග ඇසුරු කර තිබේද යන්න
- මෑතකාලීන සංචරණ පිළිබඳ තොරතුරු
- 'අධි අවදානම්' පුද්ගලයෙක්ද යන්න (උදා: දිගු කාලීන රෝගාබාධ ඇති හෝ ප්‍රතිශක්තිකරණය ඌන රෝගීන්)
- අධි අවදානම් කලාපයක වාසය කරන්නේද යන්න

සහකාර රෙජිස්ට්‍රාර් (ශිෂ්‍ය සම්බන්ධතා) විසින් සිසුන්ගෙන් රැස් කරගත් තොරතුරු, සිසුන් ආයතනයට ගෙන ඒමට පෙර විශ්ලේෂණය කළ යුතුය. COVID-19 සඳහා ධනාත්මක අය / නිරෝධායන වෙමින් සිටින අය / PCR පරීක්ෂණයක ප්‍රතිඵල බලාපොරොත්තුවෙන් සිටින අය / COVID-19 රෝග ලක්ෂණ පෙන්වන අය / තාවකාලිකව වසා දමා ඇති ප්‍රදේශවල පදිංචිව සිටින අය වැනි විශේෂ පිරිස් පරිශ්‍රයට ගෙන නොආ යුතුය.

දිස්ත්‍රික්ක අතර දේශසීමා සංචරණය සීමා කෙරුණු විටෙක පැමිණිය නොහැකි කාර්ය මණ්ඩලයේ සේවය, ආයතනය තුළ සිටින කාර්ය මණ්ඩලයෙන්ම සපයා ගැනීම නිර්දේශ කරනු ලැබේ.

ආයතනය විවෘත කළ පසු, ITUM වෛද්‍ය නිලධාරියා විසින් අන්තර්ජාල වාර්තාකරණ පද්ධතියක් (online reporting system) පවත්වාගෙන යා යුතුය.

- සිසුන් හුදකලා කෙරෙන කාල සීමාව තුළ ITUM වෛද්‍ය මධ්‍යස්ථානය විසින් දිනපතා සංවිධානාත්මක සෞඛ්‍ය පරීක්ෂණයක් සිදු කළ යුතු අතර එහි ප්‍රතිඵල ITUM වෛද්‍ය නිලධාරී වෙත ඉදිරිපත් කළ යුතුය.
- COVID-19 ආශ්‍රිත රෝග ලක්ෂණ වාර්තා වුවහොත්, ස්වයං හුදෙකලාකරණය වහාම ආරම්භ කළ යුතු අතර අවශ්‍ය සියලු පාර්ශවයන් හැකි ඉක්මනින් දැනුවත් කළ යුතුය.
- අංශ වශයෙන් වාර්තා කිරීමේ යාන්ත්‍රණයක් සිසුන් හා කාර්ය මණ්ඩලය සඳහා වෙන වෙනම සකස් කළ යුතු අතර අදාල අංශ සතිපතා ITUM වෛද්‍ය නිලධාරී වෙත වාර්තා කළ යුතුය.
- මුලදී සිසුන්ගේ පැමිණීම අනිවාර්ය නොවනු ඇතත්, නොපැමිණෙන සිසුන් ගැන අවධානයෙන් සිටීම නිර්දේශ කරනු ලැබේ.
- COVID -19 සඳහා නිරෝධායනය කරනු ලැබූ අය රාජකාරි / අධ්‍යයන කටයුතු සඳහා වාර්තා කළ හැක්කේ සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරී (MOH) විසින් නිකුත් කරන ලද නිරෝධායනය සම්පූර්ණ කිරීමේ සහතිකය ඉදිරිපත් කිරීමෙන් පසුව පමණි.

### 1.4 මුඛ ආවරණ පැළඳීම සහ පුද්ගලික ආරක්ෂක උපකරණ (PPE) නිර්දේශය

- සියලුම සිසුන් සහ කාර්ය මණ්ඩලය සෑම විටම අනුමත මුඛ ආවරණයක් පැළඳීම අත්‍යාවශ්‍ය වේ.
- COVID -19 වෛරසයේ ව්‍යාප්තිය වැළැක්වීම සඳහා විද්‍යාගාර කටයුතු වලදී අත්වැසුම් පැළඳිය යුතුද යන්න තීරණය කිරීම අංශ ප්‍රධානියා සතු වේ.
- කරන කර්තව්‍යයේ ස්වභාවය නිසා එකිනෙකා අතර මීටරයක දුරක් පවත්වා නොගන්නා ඕනෑම අයෙකු, එවැනි කටයුත්තක් සිදුකෙරෙන කාලය තුළ මුහුණු ආවරණයක් (face shield) භාවිතා කළ යුතුය.

## 1.5 සමාජ දුරස්ථභාවය පවත්වා ගැනීම

- රජයේ නිර්දේශයට අනුව අවම වශයෙන් මීටරයක සමාජ දුරස්ථභාවයක් සෑම විටම පවත්වා ගත යුතුය.
- කාර්යාල, දේශන ශාලා, විද්‍යාගාර, සංචරණ, වැසිකිළි, ආපනශාලා සහ නවාතැන් / නේවාසිකාගාර ඇතුළු සෑම ස්ථානයකදීම සමාජ දුරස්ථභාවය පවත්වා ගත යුතුය.
- දේශන ශාලා, ආපනශාලා සහ පොදු කාමරවල ඇති ආසනවල එකක් හැර එකක කතිර සලකුණු කිරීමෙන් සමාජ දුරස්ථභාවය සහතික කළ යුතුය.
- සෑම විද්‍යාගාරයකම / දේශන ශාලාවකම එහි උපරිම ධාරිතාව විද්‍යාගාරය / දේශන ශාලාව තුළ ප්‍රදර්ශනය කළ යුතු අතර, එක් එක් ප්‍රතිචාර කණ්ඩායමේ කණ්ඩායම් නියෝජිතයන් විසින් මෙය ක්‍රියාත්මක වන්නේද යන්න අධීක්ෂණය කළ යුතුය.
- නේවාසිකාගාර කාමරයක සිටිය හැකි උපරිම සිසුන් සංඛ්‍යාව දෙකකි.
- කුඩා අධ්‍යයන කණ්ඩායම් යොදා ගත යුතු අතර හැකිතාක් ZOOM තාක්ෂණය භාවිතා කර රැස්වීම් පැවැත්විය යුතුය.
- පෝලිම් ගැසෙන ස්ථානවල, කතිර සලකුණු ලකුණු කොට සිටිය යුතු ස්ථානයන් දැක්විය යුතුය.
- දිවා විවේක කාලය සඳහා වේලාව අතුරු මාරු ක්‍රමයට සැකසිය යුතුය.
- බාහිර පුද්ගලයින්ට ආපනශාලාවලට ඇතුළුවීමට අවසර නැත.
- අනවශ්‍ය සම්භාෂණ නොපැවැත්විය යුතු අතර සමීප සම්බන්ධතා අවශ්‍ය වන අංග සහ රැස්වීම් සීමා කළ යුතුය. (උදා: ශිෂ්‍ය සමාජ, විනෝදාත්මක ක්‍රියාකාරකම්, ශිෂ්‍ය රැස්වීම්, අංශ රැස්වීම්) මුහුණු ආවරණ නොපැළඳීම වැනි හෝ වෙනත් අනුමත කර ඇති සෞඛ්‍ය ක්‍රියාමාර්ග අනුගමනය නොකළහොත් සිසුන්හට විනය ක්‍රියාමාර්ග ගනු ලැබේ.
- අංශ රැස්වීම් අත්‍යාවශ්‍ය නම්, සෑම විටම සමාජ දුරස්ථභාවය පවත්වා ගත යුතුය. වායු සමනය කරන ලද හෝ සීමිත අවකාශයක් සහිත කාමර භාවිතා කිරීම හැකිතාක් අවම කළ යුතුය.
- මීටරයක දුරක් පවත්වා ගනිමින් විදුලි සෝපානය තුළ සිටගෙන සිටින යුතු ස්ථාන සලකුණු කළ යුතුය.
- විදුලි සෝපානය වෙනුවට හැකි තරම් පඩිපෙළ භාවිතා කරන්න.
- විදුලි සෝපානය ඇතුළත ගමන් කිරීමට ඉඩ දිය හැකි උපරිම පුද්ගලයින් සංඛ්‍යාව, එහි දොරටුව අභියස දර්ශනය කරන්න.
- ජංගම දුරකථන හෝ පෞද්ගලික බඩුබාහිරාදිය තවෙකෙකු සමඟ හුවමාරු කරගැනීම/ පරිහරණය සඳහා දීම සපුරා තහනම්ය.

## 1.6 පැමිණීම අධීක්ෂණය

- සිසුන් සඳහා: වෛරසයේ ව්‍යාප්තිය වැලැක්වීම සඳහා, පැමිණීම ලකුණු කිරීමේදී පොදු පෑන් සහ කඩදාසි භාවිතා කිරීම නොකළ යුතුය.
- කාර්ය මණ්ඩලය සඳහා: ජෛවමිතික පැමිණීමේ වාර්තා (Bio Matrix Attendance) තැබීම කළ හැකිය. කෙසේ වෙතත්, අදාළ උපකරණය භාවිතයට පෙර සහ පසු දෑත් විෂබීජහරණය කිරීම සඳහා සනීපාරක්ෂක සේදුම් දියර / සබන් සමග ජල කරාමයක් තිබීම අනිවාර්ය වේ.

## 1.7 දෑත් සේදීම පිළිබඳ කරුණු

- සියලුම කාර්ය මණ්ඩලයට, ශිෂ්‍යයින්ට සහ අමුත්තන්ට කිසියම් ස්ථානයකට ඇතුළු වීමට පෙර එහි ඇතුල්වීමේ දොරටුව අසලදී දෑත් පිරිසිදු කිරීම අනිවාර්ය වේ.
- දෑත් සේදීම පහසු කිරීම සඳහා ප්‍රමාණවත් තරම් දෑත් සේදීමේ ඒකක අදාළ ස්ථානවල ඇතුල්වීමේ දොරටුව අසළ තිබිය යුතුය.

- සෑම සේදුම් ඒකකයක්ම සංවේදක මගින් හෝ පාදය මගින් ක්‍රියාත්මක වන ජල කරාම, මුහුණ සෝදන බේසම් සහ සබන් හෝ දෑත් සේදුම් දියර ඩිස්පෙන්සරයකින් සමන්විත විය යුතුය.
- එක් එක් අංශවල ප්‍රමුඛ ස්ථානවල අවශ්‍ය පමණට දෑත් සේදීමේ ඒකක හෝ සනීපාරක්ෂක දියර ඩිස්පෙන්සර සවි කිරීම සිදු කළ හැක. මෙම ඩිස්පෙන්සර නිතිපතා පිරවිය හැකි ඒවා විය යුතු අතර කිසිවෙකුටත් ඉවත් කළ නොහැකි විය යුතුය.
- සෑම ස්ථානයකටම ඇතුළු වන විට දෑත් සේදීමේ අනිවාර්ය අවශ්‍යතාව පිළිබඳව සියලුම කාර්ය මණ්ඩලය සහ සිසුන් දැනුවත් කිරීම සිදුකළ යුතුය.
- අවම වශයෙන් තත්පර 20ක කාලයක්වත් දෑත් සබන් ගා ජලයෙන් සෝදාගත යුතුය.
- සියලුම සේදුම් ඒකකයක් සඳහා අඛණ්ඩව ජලය සැපයීමට සහ සබන් තබා තිබීමට වග බලාගත යුතුය.
- නිවැරදි අත් සේදීමේ ක්‍රමවේදය රූස්වීම්, පෝස්ටර්, උපදෙස් පත්‍රිකා සහ ITUM ඩිජිටල් පුවරු තිරය මගින් දැනුවත් කළ යුතුය.

### 1.8 පිරිසිදු කිරීම සහ විෂබීජහරණ ක්‍රියා පටිපාටිය

- ආයතනයේ වැඩ කරන පරිසරය තුළ භාවිතා වන පෘෂ්ඨ, උපකරණ සහ වෙනත් භාණ්ඩ පිරිසිදු කිරීම සහ විෂබීජ හරණය කිරීම ඇතුළුව නිතිපතා කරන ගෘහපාලන පිළිවෙත් පවත්වා ගත යුතුය.
- විෂබීජහරණය කිරීමට පෙර ඩිටර්ජන්ට් හෝ සබන් හා ජලය භාවිතයෙන් සියලුම නාන කාමර/ වැසිකිළි නිතිපතා පිරිසිදු කිරීම කළ යුතුය.
- නේවාසිකාගාරවල නාන කාමර/ වැසිකිළි සඳහා වෙන් කර ඇති සිසුන් සංඛ්‍යාව හැකිතාක් අඩු කළ යුතුය.
- නාන කාමර/ වැසිකිළි භාවිතා කිරීමට පෙර සහ පසු දෑත් සේදීම කළ යුතුය. (මෙම දැනුවත් කිරීම නාන කාමර තුළ ප්‍රදර්ශනය කළ යුතුය.)
- නාන කාමරවල ඇති මුහුණ සෝදන බේසම් අවම වශයෙන් දිනකට දෙවරක් පිරිසිදු කළ යුතුය.
- සෑම ප්‍රායෝගික පරීක්ෂණ සැසියක් අවසානයේදීම, භාවිතා කරන ලද පෘෂ්ඨ/ මේස සුපුරුදු ලෙස තෙත්කර පිරිසිදු කිරීමෙන් හෝ ඩිටර්ජන්ට් හෝ සබන් මගින් පිරිසිදු කිරීමෙන් පසු, ඇල්කොහොල් මිශ්‍රිත විෂබීජ නාශක දියරයක් භාවිතා කර පිරිසිදු කළ යුතුය. සියලුම ලෝහ පෘෂ්ඨයන් අවම වශයෙන් 70% v/v ක ප්‍රතිශතයක් සහිත මධ්‍යසාර ද්‍රාවණයකින් විෂබීජහරණය කළ යුතුය.
- ප්‍රායෝගික පන්ති පැවැත්වීමට පෙර සහ පසු, විද්‍යාගාර විෂබීජහරණය කිරීමේ ක්‍රියාපටිපාටිය පිළිබඳව අදාල අධ්‍යයන අංශ විසින් තීරණය කළ යුතු අතර, එකී ක්‍රියා පටිපාටිය විද්‍යාගාරයට ඇතුළු වන ස්ථානයේ ප්‍රදර්ශනය කළ යුතුය.
- ගමන් මලු සහ කරේ එල්ලාගෙන යන බෑග ITUM පරිශ්‍රයට ඇතුළු වීමට පෙර විෂබීජහරණය කිරීම හෝ පන්ති වලින් පිටත තැබීම සිදුවිය යුතුය.
- සෑම වැඩමුරයකටම සහ සෑම පැය තුනකට වරක් පරිහරණය වන සියලු දොරගුළු පිරිසිදු කර විෂබීජහරණය කළ යුතුය.
- කාර්යාල ගෙබිම, කාර්යාල උපකරණ සහ ගෘහ භාණ්ඩ අවම වශයෙන් දිනකට දෙවරක් විෂබීජ නාශක මගින් පිරිසිදු කළ යුතුය. (නැතහොත් වැඩ මුර ආකාරයට රාජකාරි කෙරෙන ස්ථානවල සෑම වැඩ මුරයකටම පසුව.)
- පිරිසිදු කිරීමේ කටයුතු සඳහා භාවිතා කරන සියලුම ද්‍රව්‍ය බැහැර කිරීමට සහ මුඛ ආවරණ සහ අත්වැසුම් එකතු කර බැහැර කිරීමට ප්‍රමාණවත් සංවෘත අපද්‍රව්‍ය බැහැර කිරීමේ බඳුන් තිබිය යුතුය.
- පිරිසිදු කිරීමේ ක්‍රමවේදයන්, පුද්ගලික සනීපාරක්ෂාව සහ අපද්‍රව්‍ය කළමනාකරණය පිළිබඳ නිවැරදි ක්‍රියා පටිපාටීන් ගැන විද්‍යාගාර සේවකයින්ට පුහුණුවක් ලබා දිය යුතුය.
- සියළුම සනීපාරක්ෂක සේවා කාර්යමණ්ඩල සාමාජිකයන්ට පිරිසිදු කිරීමේ ක්‍රමවේදයන්, පුද්ගලික සනීපාරක්ෂාව සහ අපද්‍රව්‍ය කළමනාකරණය පිළිබඳ නිවැරදි ක්‍රියා පටිපාටීන් ගැන පුහුණුවක් ලබා දිය යුතුය.

## 1.9 ITUM වෛද්‍ය මධ්‍යස්ථානය

- ආයතනය වැඩ කරන කාලය තුළ වෛද්‍ය කාර්ය මණ්ඩලයේ රැඳීසිටීම අනිවාර්ය වේ.
- සැක සහිත රෝගීන් සම්බන්ධයෙන් කටයුතු කිරීමේ හැකියාව වැඩි දියුණු කිරීම සඳහා වෛද්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය සඳහා නිතිපතා පුහුණුව සහ හදිසි අභ්‍යාස පැවැත්වීම සිදුවිය යුතුය.
- වෛද්‍ය මධ්‍යස්ථානය තුළ ශරීර (නළලෙහි) උෂ්ණත්වය පරික්ෂා කිරීමේ උපකරණ තිබිය යුතුය.
- වෛද්‍ය මධ්‍යස්ථානයට ඇතුළු වන ඕනෑම පුද්ගලයෙකුට ඕනෑම ප්‍රතිකාරයක් කිරීමට පෙර, විෂබීජහරණය කිරීමක් සහ උෂ්ණත්ව පරික්ෂාවක් සිදු කළ යුතුය.
- සැක සහිත රෝගීන් සමඟ කටයුතු කිරීමේදී, හෙදිය මුහුණු ආවරණයක් සහිත පූර්ණ ආරක්ෂිත ඇඳුම් කට්ටලයක් පැළඳීම අනිවාර්ය වේ.
- අවශ්‍ය විටෙක භාවිතා කිරීම සඳහා ප්‍රමාණවත් තරම් පූර්ණ ආරක්ෂිත ඇඳුම් කට්ටල (Hazmat kits) වෛද්‍ය මධ්‍යස්ථානයේ තිබිය යුතුය.
- උණ සහ කැස්ස වැනි සාමාන්‍ය රෝගාබාධ සඳහා අත්‍යාවශ්‍ය ඖෂධ වෛද්‍ය මධ්‍යස්ථානය තුළ තිබිය යුතුය.

## 1.10 පිරිසිදු කිරීමේ කාර්ය මණ්ඩලයේ ආරක්ෂාව

- පිරිසිදු කිරීමේ රාජකාරියේ යෙදී සිටියදී සියලුම කාර්ය මණ්ඩලය සුදුසු ආරක්ෂක ආම්පන්න පැළඳිය යුතුය. (මුඛ ආවරණ, විනිවිද යා නොහැකි ඒප්‍රන්, අත්වැසුම් ආදිය).
- පිරිසිදු කිරීමේ කටයුතු අවසාන වන සෑම අවස්ථාවකදීම සබන් හෝ සනීපාරක්ෂක දියර යොදා හොඳින් දෑත් පිරිසිදු කර ගත යුතුය.
- COVID-19 යැයි තහවුරු කරන ලද අයගේ හෝ සැක සහිත පුද්ගලයන්ගේ අපද්‍රව්‍ය හසුරවන අය සම්පූර්ණ ආරක්ෂිත ආම්පන්න පැළඳ සිටිය යුතුය.
- ඔවුන් සෑම විටම එකිනෙකා සමඟ මීටරයක දුරක් පවත්වා ගත යුතු අතර මෙම කාර්ය මණ්ඩලයේ විවේක ස්ථානයේ සාමාන්‍යයෙන් පිරිස බහුලව ගැවසෙන බැවින් කළමනාකාරිත්වය මේ පිළිබඳව සොයා බැලිය යුතුය.
- සෑම පිරිසිදු කිරීමේ සැසිවාරයකින් පසු සියලුම පිරිසිදු කිරීමේ උපකරණ සහ රෙදි හොඳින් සෝදා විෂබීජහරණය කර වියළන යන්ත්‍රයක හෝ සූර්ය රශ්මිය යටතේ විනාඩි 30ක් පමණ වියළා ගත යුතුය.
- පිරිසිදු කිරීමේ කාර්ය මණ්ඩලයට සේදීමේ සහ ස්නානය කිරීමේ පහසුකම් ලබා දිය යුතුය.
- ඔවුන්ගේ රාජකාරියේ වැදගත්කම, නව මාර්ගෝපදේශ, නීති රීති සහ ඔවුන්ගේ ආරක්ෂාව පිළිබඳව ඔවුන් නිරන්තරයෙන් දැනුවත් කළ යුතුය.

## 1.11 අධ්‍යයන කටයුතු ආරම්භයෙන් පසු ක්‍රියාත්මක විය යුතු ආකාරය

අධ්‍යයන කටයුතුවලට සිසුන් සහභාගී වූ පසු ප්‍රතිචාර කණ්ඩායම් මගින් ඒ පිළිබඳ සමාලෝචනයක්, අධීක්ෂණයක් සහ ඇගයීමක් සිදු කරනු ඇත. ඒ සඳහා පහත සඳහන් කරුණු සලකා බලනු ඇත:

- සැලසුම් කළ ක්‍රියාකාරකම්වල ඇති ප්‍රායෝගික බව සහ ශක්‍යතාවය (feasibility).
- අධි අවදානම් කලාපවල සිටින බැවින් ප්‍රායෝගික සැසිවලට සහභාගී වීමට නොහැකි සිසුන් සඳහා උපස්ථ සැලැස්මක් (back-up plan) තිබිය යුතුය.
- තාවකාලිකව ඉවත් වීමට හෝ වසා දැමීමට සූදානමින් සිටිය යුතුය.
- යමෙකුට COVID-19 ධනාත්මක වුවහොත් විෂබීජහරණය හා ආශ්‍රිතයින් සොයා ගැනීම උදෙසා කෙටිකාලීනව ඉවත් කිරීමක් සිදුවනු ඇත.
- ආයතනය තුළ සැලකිය යුතු ව්‍යාප්තියක් ඇත්නම් දිගු කාලීන ඉවත් කිරීමක් සිදු කෙරෙනු ඇත.

- බොහෝ දේශන කලින් පටිගත කර ඉගෙනුම් කළමනාකරණ පද්ධතිය (LMS) හරහා සිසුන්ට ලබා දිය යුතුය.
- ඉගෙනුම් කළමනාකරණ පද්ධතිය තුළ සිසුන්ට පරිශීලනය කළ හැකි පරිදි නිර්දේශිත පොත්පත්, නිබන්ධන ආදිය ඇතුළත් කළ යුතුය.

**<u>නිබන්ධන සහ කුඩා කණ්ඩායම් සාකච්ඡා</u>**
- අතථ්‍ය පන්ති කාමර (virtual classrooms) නිර්මාණය කළ හැකිය (උදා: Google Classroom).
- පැවරුම් හෝ නිර්දේශිත පොත් පත් කියවුම් ආදිය ඔන්ලයින් ක්‍රම හරහා ලබාදිය හැක.
- ඉගැන්වීම් කටයුතු ඔන්ලයින් ක්‍රම හරහා සිදු සිදුකළ හැක. (උදා: Zoom)

**<u>පැවරුම් - ආකෘති (Assignments - Formative)</u>**
- අතථ්‍ය පන්ති කාමර (virtual classrooms) හරහා සිදු සිදුකළ හැක.
- පැවරුම් Google පෝරම භාවිතයෙන් සිදු කළ හැකිය (රචනා ආකාරයේ ප්‍රශ්නවලට වඩා බහුවරණ ප්‍රශ්න ලබා දීම පහසු වනු ඇත.)

**<u>ප්‍රායෝගික පරීක්ෂණ පන්ති</u>**
- අඩු සිසුන් සංඛ්‍යාවක් සමඟ පැවැත්විය හැකිය. (දේශන, නිබන්ධන ඔන්ලයින් ක්‍රම භාවිතයෙන් පවත්වනු ලැබුවහොත් එම කාලය ප්‍රායෝගික පරීක්ෂණ පන්ති සඳහා යොදා ගත හැකිය.)
- ගමන්මලු විද්‍යාගාර වෙත ගෙන නොආ යුතුය.

**<u>විභාග</u>**
- සිද්ධාන්ත ප්‍රශ්න පත්‍ර අපේක්ෂකයින් අතර වැඩි ඉඩක් සහිතව පැවැත්විය හැකිය. සමාජ දුරස්ථභාවය පවත්වා ගත හැකි පරිදි විභාග ශාලා සකස් කළ යුතුය.
- වසංගත කාල පරිච්ඡේදයේදී විභාග පැවැත්වීම සඳහා අවශ්‍ය නීති රීති විභාග අංශය විසින් සකස් කළ යුතුය.

## 1.12 සැකසහිත / තහවුරු කරන ලද COVID රෝගීන් හඳුනාගැනීම හා ක්‍රියාත්මක වීම

- කැස්ස, සොටු දියර ගැලීම, උගුරේ අමාරුව සහ/හෝ හුස්ම හිරවීම වැනි උග්‍ර ආරම්භක ශ්වසන රෝග ලක්ෂණ සහිතව හෝ රහිතව උණ රෝග ලක්ෂණ ඇති අය ITUM වෛද්‍ය නිලධාරියාට / උප පාලකවරයාට (Sub Warden) වහාම දැනුම් දිය යුතුය.
- ITUM වෛද්‍ය නිලධාරියා විසින් හඳුනාගනු ලබන සැක සහිත රෝගීන් නේවාසිකාගාරයේ හුදකලා ස්ථානයක තබා ගත යුතු අතර අනෙක් අය සමඟ කිසිදු ඔන්ලයින් නොවන අධ්‍යයන කටයුත්තකට සහභාගී නොවිය යුතුය. සැක සහිත රෝගීන් සඳහා වෙනම නාන කාමර පහසුකම් සහිත වෙන් කළ ස්ථානයක් නේවාසිකාගාරය තුළ ලබා දිය යුතුය. ප්‍රධාන කණ්ඩායම (Core team) මෙම හුදකලා කාමර සඳහා ස්ථානයක් හඳුනාගත යුතුය.
- එක් එක් සැක සහිත රෝගීන්ගේ නේවාසිකාගාර කාමරය අසල වෙනම මේසයක් තැබිය යුතුය. සැක සහිත රෝගීන් සඳහා ආහාර සහ අනෙකුත් අවශ්‍යතා ඒ එක් එක් මේසය මත තැබිය යුතුය.
- සැක සහිත රෝගීන් සඳහා PCR පරීක්ෂණ හෝ අහඹු PCR පරීක්ෂණ අදාළ ප්‍රදේශයේ සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීගේ / PHI ගේ නිර්දේශය මත පැවැත්විය යුතුය.
- හදිසි අවස්ථාවලදී ප්‍රවාහනය සඳහා වාහනයක් සැපයිය යුතුය. රාත්‍රී කාලය තුළ අවම වශයෙන් එක් ස්ථාවර රියදුරෙකු වත් වෙන් කළ යුතුය. රියදුරු සහ සැක සහිත රෝගියා අතර සම්බන්ධතාවය වැළැක්වීම සඳහා වාහනයේ අභ්‍යන්තරය ආවරණයකින් වෙන්කල යුතුය. රියදුරු සඳහා ආරක්ෂිත ඇඳුම් කට්ටලයක් ලබා දිය යුතුය.

- සැක සහිත රෝගීන් ප්‍රවාහනය කිරීමේදී වාහනයේ ජනේල විවෘත කළ යුතු අතර වායුසමන යන්ත්‍ර අක්‍රිය කළ යුතුය. පසුව වාහනය විෂබීජහරණය කළ යුතුය.
- COVID-19 යැයි තහවුරු කරන ලද රෝගීන් සහ ඔවුන්ගේ සමීපතමයන්, සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිලධාරීවරයාගේ අධීක්ෂණය යටතේ නිරෝධායන ක්‍රියා පටිපාටියට භාජනය කළ යුතුය.

## 1.13 වෙනත් යහපත් සෞඛ්‍යාරක්ෂිත පුරුදු

පහත සඳහන් දෑ පිළිපැදීමෙන් යහපත් පුද්ගලික සෞඛ්‍යය හා සනීපාරක්ෂාව පවත්වා ගැනීමට කාර්ය මණ්ඩලය සහ සිසුන් දිරිමත් කළ යුතුය (හැකිනම් අවශ්‍ය ක්‍රියාමාර්ග ගන්න).

i. ප්‍රමාණවත් තරම් උණු ජලය පානය කිරීම.
ii. සමබර ආහාර වේලක් ලබා ගැනීම.
iii. නිතිපතා ශාරීරික ව්‍යායාම කිරීම.
iv. දුම්පානය සහ මත්පැන් පානය කිරීම වැනි සෞඛ්‍ය සම්පන්න නොවන පුරුදු වලින් වැළකීම.

## 1.14 සිසුන් සඳහා ප්‍රවාහන ක්‍රියා පටිපාටිය

- ආරම්භ කිරීමට නියමිත අධ්‍යයන වැඩසටහන් සඳහා කැඳවනු ලබන විශේෂිත ශිෂ්‍ය කණ්ඩායම් කිහිපයකට ප්‍රවාහන පහසුකම් ලබා දෙනු ඇත.

- දිවයින පුරා සිසුන් විසිරී පවතින ආකාරය අනුව එක් එක් ශිෂ්‍ය කණ්ඩායම ප්‍රවාහනය කෙරෙන අන්දම වෙනස් විය හැකිය. එබැවින් එවැනි සැලැස්මක් සැකසීම සඳහා පහත දත්ත ලබාගත යුතුය.
    a. සෑම සිසුවෙකුගේම පහත තොරතුරු ඇතුලත් වන ආකාරයට දත්ත සමුදායක් සකස් කළ යුතුය.
        i. වත්මන් ලිපිනය
        ii. ආසන්නතම නගරය
        iii. දුරකථන අංකය

       Google පෝරමයක් හරහා මෙම තොරතුරු එක්රැස් කෙරෙනු ඇත.
    b. වාහන සහ රියදුරන් යෙදවීමේ හැකියාව මත පදනම්ව ප්‍රවාහන පහසුකම් සැපයීම කෙරෙන ප්‍රධාන මාර්ග කිහිපයක් හඳුනා ගැනේ.
    c. බස් සේවාව ලබාදෙන දිනය, නියමිත බස් නැවතුම්පලකින් රථය ගමනාරම්භ කරන / පැමිණෙන වේලාව, සිසුන්ට දැනුම් දෙනු ලැබේ.
    d. කාර්යක්ෂම ප්‍රවාහන සේවයක් සැපයීම සඳහා සිසුන් අතර අභ්‍යන්තර සන්නිවේදනය පහසු කිරීමේ අරමුණින් අවම වශයෙන් සිසුන් දෙදෙනෙකු කණ්ඩායම් නායකයින් ලෙස නම් කරනු ලැබේ.

- සිසුන්ගේ සෞඛ්‍යය හා ආරක්ෂාව:
    a. සෑම සිසුවෙකුම රජය විසින් පනවන ලද පොදු ප්‍රවාහනය සඳහා වන සෞඛ්‍ය හා පොදු මාර්ගෝපදේශ පිළිපැදිය යුතුය

- ප්‍රවාහනය සඳහා වෙන් කර ඇති කාර්ය මණ්ඩල සාමාජිකයන්ගේ සෞඛ්‍යය හා ආරක්ෂාව:
    a. රජය විසින් පනවා ඇති ප්‍රවාහනය සඳහා වන පොදු මාර්ගෝපදේශ පිළිපැදිය යුතුය
    b. සිසුන් ප්‍රවාහනයට පෙර සහ පසු වාහන විෂබීජහරණය කළ යුතුය.

- නොවැළැක්විය හැකි හේතුවක් නිසා (වෛද්‍ය හේතූන් මත පමණක්) ශිෂ්‍යයෙකු හට ITUM පරිශ්‍රයෙන් පිටතට යාමට සිදුවුවහොත්, ඔහුගේ / ඇයගේ ප්‍රවාහනයට පහසුකම් සැලසීම අංශ ප්‍රධානියාගේ නිර්දේශය මත නියෝජ්‍ය රෙජිස්ට්‍රාර් විසින් තීරණය කරනු ඇත.

- තෝරා ගත් ශිෂ්‍ය කණ්ඩායම් වලට අයත් නොවන සිසුන් සඳහා ප්‍රවාහන පහසුකම් ලබා නොදේ. (1.14 වගන්තියේ, පළමු කරුණෙහි දක්වා ඇත).

## 1.15 ITUM පරිශ්‍රයට ඇතුළු විය යුතු ආකාරය

ITUM පරිශ්‍රයට ඇතුළු වන විට සිසුන් පහත සඳහන් මාර්ගෝපදේශ තරයේ පිළිපැදිය යුතුය.

- ITUM පරිශ්‍රයට ඇතුළු වීමට පෙර දෑත් සේදිය යුතුය.
- මුඛ ආවරණයක් පැළඳිය යුතුය.
- මීටරයක සමාජ දුරස්ථභාවය පවත්වා ගත යුතුය.
- ප්‍රධාන ගේට්ටුවේ හෝ නේවාසිකාගාරයට ඇතුල්වීමේ දොරටුවේ වාහනය නැවැත්විය යුතු අතර තත්ත්වය පාලනය කිරීම සඳහා ප්‍රමාණවත් ආරක්ෂක නිලධාරීන් පිරිසක් එහි සිටිය යුතුය. ඔවුන් පූර්ණ ආරක්ෂක ඇඳුම පැළඳ සිටිය යුතුය.
- ආරක්ෂක නිලධාරීන්ට ඇතුල්වීමේ දොරටුවලදී උෂ්ණත්වය පරීක්ෂා කිරීමට ඉඩ ලබා දිය යුතුය.
- ප්‍රාදේශීය PHIවරයා විසින් සපයන ලද සහතිකය ඇතුල්වීමේ දොරටුවේදී පෙන්විය යුතුය. ITUM පරිශ්‍රයට ඇතුළුවීමට ඉඩ ලබා දෙනුයේ අවසරලත් සිසුන් සඳහා පමණි.

## 1.16 සිසුන් හැසිරිය යුතු ආකාරය

<u>අධ්‍යයනාංශයේ වගකීම්</u>

- නිසි කාල පරතරයක් පවත්වා ගනිමින් පොදු ක්‍රියාකාරකම් (ප්‍රායෝගික පරීක්ෂණ, දිවා විවේකය, යනාදිය) සඳහා සිසුන් (25-30ක් පමණ වන පරිදි) කාණ්ඩ කළ යුතුය. අධ්‍යනාංශයේ දැන්වීම් පුවරුවේ / Moodle හෝ ප්‍රවේශ විය හැකි සමාජ මාධ්‍ය හරහා කාලසටහන් ප්‍රදර්ශනය කළ යුතුය.
- ඉහත ප්‍රධාන ශිෂ්‍ය කණ්ඩායම් තවදුරටත් කුඩා ශිෂ්‍ය කණ්ඩායම් (සාමාජිකයින් 10ක් පමණ වන පරිදි) කාණ්ඩ කොට එකකට ශිෂ්‍ය නියෝජිතයන් දෙදෙනකු බැගින් පත් කළ යුතුය.
- දේශන ශාලාවට / විද්‍යාගාරයට ප්‍රවිෂ්ට වන ස්ථානයේදී සිසුන්ගේ සහ කාර්ය මණ්ඩලයේ උෂ්ණත්වය මැනිය යුතුය.
- ඕනෑම අධ්‍යයන කටයුත්තක් සිදු කිරීමට පෙර සමාජ දුරස්ථභාවය පවත්වා ගැනීම සඳහා එක් එක් දේශන ශාලාවේ / විද්‍යාගාරයේ උපරිම සිසුන් ධාරිතාව තීරණය කළ යුතුය.

<u>සිසුන්ගේ වගකීම්</u>

- සෑම අවස්ථාවකදීම සිසුන් මීටරයක සමාජ දුරස්ථභාවයක් පවත්වා ගත යුතුය.
- ඕනෑම හේතුවක් මත නේවාසිකාගාර කාමරයෙන් පිටවන විට සිසුන් විසින් මුඛ ආවරණයක් පැළඳිය යුතුය.
- නේවාසිකාගාර / විද්‍යාගාර / ආපනශාලා / දේශන ශාලා / අධ්‍යනාංශවලට ඇතුළු වීමට පෙර සිසුන් සබන් යොදා දෑත් පිරිසිදු කරගත යුතුය.
- පුද්ගලික විෂබීජනාශක දියර බෝතලයක් ළඟ තබා ගැනීම වඩාත් යෝග්‍යය.
- සිසුන්ට නිසි අවසරයකින් තොරව ITUM පරිශ්‍රයෙන් පිටතට යාමට නොහැක.
- සිසුන්ට ITUM පරිශ්‍රයෙන් පිටතට යා හැක්කේ සාධාරණ හේතූන් මත පමණක් ආයතනයේ අධ්‍යක්ෂකවරයා / නිසි බලධාරීවරයා විසින් ලබා දුන් විශේෂ අවසරයක් ලැබීමෙන් පසුව පමණි.
- පොත්පත්, ලිපිද්‍රව්‍ය, හැඳි ගැරුප්පු, ජංගම දුරකථන, ආහාර හෝ වතුර බෝතල් හුවමාරු කරගැනීමට අවසර නැත.

- සිසුන්ට වෙන් කර ඇති පරිදි වැසිකිළි හා නාන කාමර භාවිතා කළ යුතුය.
- අවශ්‍ය ආරක්ෂිත ක්‍රියාමාර්ග අනුගමනය කරමින් සිසුන්ට ඔවුන්ගේ නේවාසිකාගාර කාමරය තුළ පුද්ගලික ජල තාපක (water heaters) භාවිතා කිරීමට අවසර ඇත.
- අසනීපගතිය / ශරීරය පණනැති ගතිය / ඕනෑම COVID-19 රෝග ලක්ෂණ ඇත්නම්, වහාම කණ්ඩායම් නියෝජිතයාට දැනුම් දී නේවාසිකාගාර පාලකවරයාට, ITUM වෛද්‍ය නිලධාරියාට සහ අංශ ප්‍රධානියාට දැනුම් දෙන්න. නිසි වෛද්‍ය උපදෙස් ලැබෙන තුරු අදාළ සිසුන් කාමරය තුළම රැඳී සිටිය යුතුය.
- ආයතනයේ අධ්‍යක්ෂකවරයා / නිසි බලධාරීවරයාගේ අවසරයකින් තොරව ඕනෑම ආකාරයක ශිෂ්‍ය රැස්වීම් සහ කණ්ඩායම් වශයෙන් එකතුවීම්වලට අවසර නැත.
- ආයතනයේ අධ්‍යක්ෂකවරයා / නිසි බලධාරීවරයාගේ පූර්ව අනුමැතියකින් තොරව බාහිර පුද්ගලයින්ට / ඥාතීන්ට / මිතුරන්ට ITUM පරිශ්‍රයට ඇතුළුවීමට අවසර නැත.

**<u>පරිපාලනයේ වගකීම්</u>**

- නේවාසිකාගාරයේ අනෙකුත් මහල්වල වැසිකිළි හා නාන කාමර භාවිතා කිරීම සඳහා සිසුන්ට පහසුකම් සැලසිය යුතුය. නේවාසිකාගාර කාමරවල පිහිටීම මත පදනම්ව වැසිකිළි හා නාන කාමර භාවිතය සඳහා සැලැස්මක් සකස් කළ යුතුය.
- මෙම කාල පරිච්ඡේදය තුළ සිසුන්ට නේවාසිකාගාර කාමර තුළ ජල තාපක භාවිතා කිරීමට ඉඩ ලබා දිය යුතුය.
- ආයතනයේ අධ්‍යක්ෂකවරයා / නිසි බලධාරීවරයාගේ පූර්ව අනුමැතියකින් තොරව බාහිර පුද්ගලයින්ට ITUM පරිශ්‍රයට ඇතුළුවීමට අවසර නොදිය යුතුය.

## 1.17 ආපනශාලා ක්‍රියාත්මක විය යුතු ආකාරය

**<u>පොදු උපදෙස්</u>**

- ආපනශාලාවල අධික ලෙස සෙනඟ ගැවසීම වැළැක්වීම සඳහා දහවල් විවේක කාලය අවම වශයෙන් වාර දෙකකටවත් සැලසුම් කළ යුතුය.
- එකක් හැර එකක් අසුන්ගත හැකි වන පරිදි ආපනශාලාවේ ඇති ආසන පැනවිය යුතුය.
- මීටරයක පරතරය දැක්වෙන පරිදි බිම මතුපිට පෝලිම් සලකුණු තැබිය යුතුය.
- මුදල් කවුන්ටරයට ඇතුල්වන සහ පිටවන ස්ථාන අසල සබන් සහ ජලය තැබිය යුතුය.
- දිවා ආහාර විවේක සැසි දෙක සඳහා වන ආසන වෙන් කොට හඳුනා හඳුනාගැනීම සඳහා එකිනෙකට වෙනස් වර්ණ කේතයන් දෙකක් අනුයාත ආසන සඳහා යොදාගත යුතුය.

**<u>සිසුන් සඳහා උපදෙස්</u>**

- ආහාරපාන පරිභෝජනයේදී හැර අනෙකුත් අවස්ථාවලදී මුහුණු ආවරණ පැළඳිය යුතුය.
- ආහාරපාන මිලදී ගැනීමට පෙර සහ පසු දෑත් සේදීම කළ යුතුය.
- එකිනෙකා අතර මීටරයක සමාජ දුරස්ථභාවය පවත්වා ගත යුතුය.
- රාත්‍රී කාලයේදී පිරිසිදු කිරීමේ කාර්ය මණ්ඩලය නොමැති බැවින් රාත්‍රී ආහාරය නේවාසිකාගාරයට ගොස් පරිභෝජනය කළ යුතුය.
- සිසුන් පුද්ගලික වතුර බෝතලයක් සහ පුද්ගලික කෝප්පයක් රැගෙන ආ යුතුය.
- ආහාරපාන බෙදා හදා හදා ගැනීම සපුරා තහනම්ය.
- සියලුම කුණු කසල සිසුන් විසින් ම අදාළ කුණු කූඩුවලට බැහැර කළ යුතුය.

**<u>ආපනශාලා කාර්ය මණ්ඩලය සඳහා උපදෙස්</u>**

- සියලුම කාර්ය මණ්ඩලය විසින් මුඛ ආවරණ සහ අත්වැසුම් පැළඳීම අනිවාර්ය වේ.
- අත්වැසුම් අවම වශයෙන් දිනකට දෙවරක් අලුත් කළ යුතුය.
- ප්‍රධාන ආහාර වේල් තුන පාර්සල් වශයෙන් ලබා දිය යුතුය.
- අනෙකුත් ආහාර ලබා දීමට කඩදාසි / සිලි බෑගයක් භාවිතා කළ යුතුය.
- ඩැහි අඬුවක් භාවිතයෙන් ආහාර සැපයිය යුතුය.
- උණු වතුර සැපයීම සඳහා බොයිලේරුවක් තිබිය යුතුය.
- ආහාරවල හා ආපන ශාලාවේ පිරිසිදුබව සහ සනීපාරක්ෂාව පිළිබඳ දැඩි අවධානයක් යොමු කළ යුතුය.
- මුදල් ගනුදෙනු සඳහා වෙනම පුද්ගලයෙකු තැබිය යුතුය.

**<u>පිරිසිදු කිරීමේ කාර්ය මණ්ඩලය සඳහා උපදෙස්</u>**

- සෑම ආහාර වේලකටම පසුව ආපනශාලාවේ මේස සහ පුටු පිරිසිදු කර විෂබීජහරණය කළ යුතුය.
- පිරිසිදු කිරීමේ කටයුතු වලදී අත්වැසුම් සහ මුඛ ආවරණ පැළඳීම අනිවාර්ය වේ.
- එක් එක් පිරිසිදු කිරීමේ කටයුත්ත අවසානයේදී අත්වැසුම් ඉවත් කර දෑත් සේදීම නිර්දේශ කෙරේ.